

令和7年 1月 喜望園 献立表

	日	月	火	水	木	金	土
朝食				かに雑炊 漬物 ゼリー	茶粥 玉子盛り合わせ 菜の花のごま和え	白粥 スクランブルエッグ ほうれん草とハムのソテー	明太チーズコッペ プリン 果汁100%ジュース
昼食				赤飯 えびの艶煮・なます 絹寄せホタテ・黒豆煮 筑前煮 伊達巻 さつまいもきんとん 若鶏三色巻・数の子 お雑煮風(白味噌仕立) 紅白饅頭	御飯 ミートローフ・ピーマン肉詰め じゃがいもの洋風煮 お雑煮(すまし仕立) みかん	御飯 赤魚の粕漬焼き 付)小松菜・花人参 エビ焼売 白菜の磯部和え みそ汁(ほうれん草)	御飯 かに玉和風あんかけ 野菜大豆煮 茄子の揚げ浸し みそ汁(玉ねぎ) ヤクルト
夕食				御飯 鶏肉の治部煮 松茸茶碗蒸し 白菜の柚子和え みそ汁(なめこ)	御飯 メヌケの塩焼き 付)大根おろし 高野豆腐の煮物 胡瓜の酢の物 みそ汁(白菜、あげ)	チキンカレー 漬物(福神漬) かぼちゃサラダ ヨーグルト	御飯 タラのマスタード焼き 付)ブロッコリー 炒り豆腐 みそ汁(じゃがいも、わかめ) フルーツ(白桃缶)
	5	6	7	8	9	10	11
朝食	茶粥 肉団子の照り焼き さつまいものサラダ	白粥 玉子焼き マカロニサラダ	なつかし～あんぱん 果汁ゼリー 果汁100%ジュース	茶粥 オムレツ オクラのごま和え	白粥 鶏団子のスープ煮 たまごサラダ	茶粥 茄子と厚揚げの煮物 菜の花のごま和え	エッグパン 6pチーズ+代6 果汁100%ジュース
昼食	御飯 ホキの生姜醤油がけ 付)カリフラワー ほうれん草の白和え みそ汁 フルーツ(みかん缶)	御飯 鶏の照り焼き 付)キャベツ かぶの煮物 みそ汁(わかめ) フルーツ(黄桃缶)	七草粥 あじの塩焼き 付)大根おろし 春雨の鶏そぼろ炒め 菜の花の和え物 みそ汁(わかめ)	御飯 鶏肉のうま塩炒め 白菜と厚揚げの煮物 みそ汁(えのき、卵) フルーツ(みかん缶)	御飯 おろし豆腐ハンバーグ 付)ブロッコリー 南瓜煮 胡瓜の酢の物 みそ汁(なめこ、巻き麩)	御飯 魚の中華あんかけ 大学辛 ドレ和え みそ汁(じゃがいも、わかめ)	御飯 豚肉と玉子のソテー 長芋の煮物 ほうれん草のお浸し 赤みそ汁(なめこ) ヤクルト
夕食	おにぎり 焼きうどん 蓮根そぼろ煮 青梗菜の和え物 みそ汁(はんぺん)	御飯 白身魚のボン酢がけ 付)ブロッコリー 野菜豆腐 もやしの磯部和え みそ汁(白菜)	御飯 ポークチャップ 付)ほうれん草 チンゲン菜と湯葉の和え物 みそ汁(里芋) フルーツ(フルーツカクテル缶)	御飯 鯖の味噌煮 付)インゲン 季節のしんじょう しらす和え みそ汁(もやし)	御飯 回鍋肉 焼き餃子 みそ汁(白菜) フルーツ(白桃缶)	御飯 カレーコロケ 付)小松菜ソテー がんもの煮付け みそ汁(かにかま) フルーツ(バナナ)	御飯 赤魚の酒蒸し れんこんの煮物 みそ汁(ほうれん草、かにかま) みかん
	12	13	14	15			
朝食	白粥 鶏肉と大根の煮物 スパゲティサラダ	茶粥 玉子焼き ほうれん草の柚子和え	チョコカスター プリン 果汁100%ジュース	白粥 オムレツ マカロニサラダ			
昼食	おにぎり 味噌ラーメン 肉まん フルーツ(バナナ)	御飯 タラの生姜醤油がけ 付)さつま芋 茄子の揚げ浸し 菜種和え みそ汁(玉ねぎ)	御飯 豆腐えびあんかけ インゲンのドレ和え みそ汁(なす) フルーツ(バナナ)	御飯 ホキのみぞれがけ 付)キクナ 小松菜のうま煮 みそ汁(なめこ) フルーツ(黄桃缶)			
夕食	御飯 白身魚のタルタル焼き 付)カリフラワー 人参きんぴら 菜の花とハムの和え物 みそ汁(白菜、あげ)	御飯 鶏肉の甘辛煮 キクナの和え物 みそ汁(わかめ、じゃがいも) フルーツ(みかん缶)	御飯 メヌケの塩麴焼き 付)カリフラワー 竹の子おかか煮 しらすの和え物 みそ汁(はんぺん)	御飯 豚カツ 付)キャベツ 茄子の含め煮 しろなの和え物 コンソメスープ(ソフト)			

1月 喜望園 献立表

	日	月	火	水	木 16	金 17	土 18
朝食					茶粥 つみれと野菜のスープ煮 ほうれん草コーンバター炒め	白粥 スクランブルエッグ さつまいものサラダ	牛カルビブルコギマヨ 果汁ゼリー 果汁100%ジュース
昼食					御飯 チキンソテー 付) ブロッコリー 大豆トマト煮 野菜サラダ みそ汁 (エリンギ)	御飯 鶏肉のクリームシチュー 春雨サラダ みそ汁 (巻麩) フルーツ (バナナ)	御飯 カレーの照焼き 付) カリフラワー 豚肉と厚揚げの煮物 しろなの和え物 みそ汁 (わかめ) ヤクルト
夕食					御飯 サワラの煮付け 付) かぼちゃ 白菜の柚子和え みそ汁 (白菜、あげ) フルーツ (みかん缶)	御飯 あんこのボン酢がけ 付) 小松菜 春雨中華煮 オクラと蒸し鶏のゴマ和え みそ汁 (ほうれん草)	御飯 かに玉甘酢あんかけ きんぴらごぼう みそ汁 (玉ねぎ、卵) フルーツ (白桃缶)
	19	20	21	22	23	24	25
朝食	茶粥 スペイン風オムレツ オクラのおかか和え	白粥 ササミとブロッコリーの炒め物 玉子と小松菜の炒め物	塩バニラ 6p チーズ+代6 果汁100%ジュース	茶粥 肉団子の照り焼き コールスローサラダ	白粥 やわらかチキンクリーム煮 いんげんごま和え	茶粥 高野豆腐の卵とじ さつまいものサラダ	とろけるマヨチーズパン プリン 果汁100%ジュース
昼食	御飯 アジの焼き浸し 筑前煮 ほうれん草の塩昆布和え みそ汁 (なす)	御飯 ハンバーグ (ソース) 付) チンゲン菜のソテー 季節のしんじょう みそ汁 (ほうれん草) フルーツ (黄桃缶)	御飯 タラの漬け焼き 付) 白菜の和え物 蓮根そぼろ煮 みそ汁 (じゃがいも、わかめ) フルーツ (みかん缶)	三色丼 コロケ 付) ほうれん草 しろなの和え物 みそ汁 (もやし)	御飯 カレーの七味焼き 付) 小松菜ソテー 野菜大豆煮 チンゲン菜の和え物 みそ汁 (なめこ)	御飯 クリームコロケ 付) 揚げ茄子 胡瓜とツナのボン酢和え みそ汁 (白菜、あげ) フルーツ (黄桃缶)	ちらし寿司 春雨の鶏そぼろ炒め 赤みそ汁 (えのき) フルーツ (バナナ) ヤクルト
夕食	御飯 肉豆腐 切干大根の煮付 金時豆 みそ汁 (白菜、あげ)	御飯 赤魚の味噌焼き 付) もやしの和え物 ちくわの煮物 スパゲティサラダ みそ汁 (わかめ)	御飯 鶏肉のカレー風味焼き 付) ブロッコリー じゃがいもきんぴら 菜の花のおかか和え みそ汁 (白菜、あげ)	御飯 魚の柚子あんかけ 信田巻 みそ汁 (えのき、卵) フルーツ (白桃缶)	御飯 八宝菜 カニ焼売 コンソメスープ (ソフト) フルーツ (バナナ)	御飯 魚のムニエル 付) 玉ねぎとピーマンのソテー さつま揚げの煮物 おくらの和え物 みそ汁 (巻麩)	御飯 鶏の生姜焼き 付) ブロッコリー ひじき煮 ほうれん草のわさび和え みそ汁 (里芋)
	26	27	28	29	30	31	
朝食	白粥 ポイルウインナー たまごサラダ	茶粥 オムレツ ほうれん草コーンバター炒め	シガーバターコッペ 果汁ゼリー 果汁100%ジュース	白粥 じゃがいものそぼろ煮 胡瓜の和え物	茶粥 里芋鶏そぼろ煮 ササミとブロッコリーの炒め物	白粥 スクランブルエッグ スパゲティサラダ	
昼食	御飯 肉団子の中華煮 炒り豆腐 しろなとえびの和え物 みそ汁 (ほうれん草)	御飯 タラの塩焼き 付) 大根おろし 小松菜と竹輪のソテー みそ汁 (なす) フルーツ (バナナ)	ひじきご飯 チキンのきのこジーンソース 付) かぼちゃ 菜の花のゴマ和え のっぺい汁	御飯 煮込みハンバーグ 付) 揚げ茄子 豆腐の中華煮 野菜サラダ みそ汁 (えのき、卵)	御飯 魚の塩麩焼き 付) しろなソテー いんげんの辛子和え みそ汁 (ソフト) フルーツ (みかん缶)	御飯 焼き豚チャーハン 肉焼売 青菜の和え物 コンソメスープ	
夕食	御飯 白身魚の揚げ煮 付) キャベツ 豚ごぼう 胡瓜の中華サラダ みそ汁 (わかめ)	御飯 焼肉風 さつま芋レモン煮 ブロッコリーの塩昆布和え みそ汁	御飯 サワラの山椒焼き 卵の花 人参サラダ みそ汁	御飯 サバのボン酢がけ 付) ピーマンの和え物 小松菜の和え物 みそ汁 (もやし) フルーツ (黄桃缶)	御飯 鶏肉のオーロラソースがけ 付) スナップエンドウ 竹の子おかか煮 もやしの和え物 みそ汁 (キャベツ)	御飯 千草蒸しの和風あんかけ ハムポテトカレー風味 みそ汁 (わかめ) フルーツ (バナナ)	